

NATHALIE JONGEN

kinésiologie



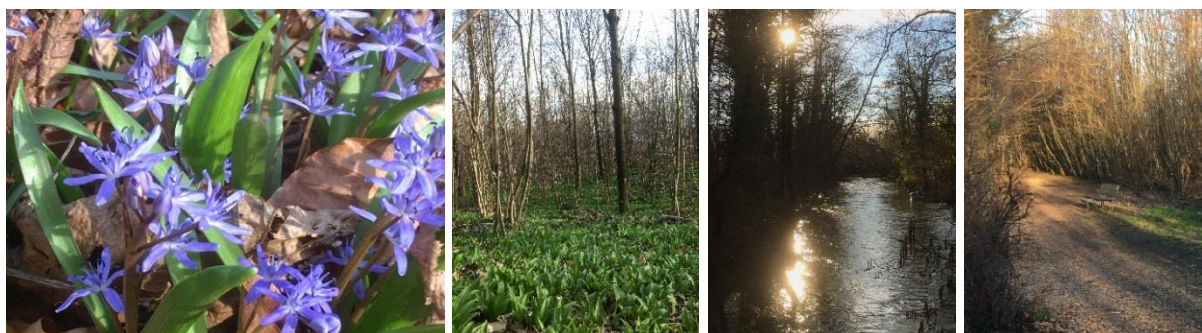
Atelier L'Anxiété – Outils Essentiels pour l'Apprivoiser Module 1 Saint-Sulpice (VD)

Prochaines Dates

- **Samedi 29 Avril 2023 – 10h à 13h**
- **Lundi 15 mai 2023 – 10h à 13h**
- **Samedi 10 juin 2023 – 10h à 13h**
- **Samedi 8 juillet 2023 – 10h à 13h**

Rejoignez-moi pour un atelier dans la nature et en petit groupe. C'est le printemps, la saison du renouveau, le moment idéal pour faire germer de nouvelles habitudes qui nous font du bien !

Je transmettrai une palette d'outils utilisables immédiatement pour apprivoiser l'anxiété. Ces outils sont issus de ma pratique élargie de thérapeute et de mon parcours de vie. Se rencontrer en petit groupe permettra, avec votre accord, d'échanger, d'être mutuellement entendu.es, de s'encourager, dans la douceur et la bienveillance. Vous repartirez, en plus de votre boîte à nouveaux outils, le cœur plus joyeux et l'esprit plus léger.



Détails pratiques

- ☆ **Durée** : 3 heures, de 10h à 13h
- ☆ **Maximum 6 participant.e.s** par atelier

- ☆ **A prendre avec vous** : habits en fonction de la météo, de l'eau pour boire, une petite collation, du papier et un crayon pour vos notes personnelles, et votre plus beau sourire.
- ☆ Je vous prêterai un tabouret de trekking portable pour la durée de l'atelier. Cela nous permettra de nous arrêter où nous en avons envie, entre forêt, rivière et bord du lac.
- ☆ **Sur inscription au plus tard 3 jours avant l'atelier** sur [ce formulaire en ligne](#). Lien vers le formulaire d'inscription aussi disponible sur la page <https://creer-sa-vie.ch/etaussi/>.
- ☆ **Prix : 90.- francs, payable à l'avance**



- Par twint au 078 602 4371 ou
 - Virement bancaire en utilisant le QR code ci-contre dans votre e-banking.
- Merci d'indiquer *atelier anxiété* en communication.

- ☆ **Lieu du rendez-vous** : A proximité de l'arrêt de bus St Sulpice VD, Venoge sud (31) côté lac.
- ☆ **Parking** avec disque de stationnement 3 heures à proximité.
Arrêts de bus à proximité (max 3 min) : St Sulpice VD, Castolin (701); St Sulpice VD, St Sulpice VD, Venoge nord (33), St Sulpice VD, Venoge sud (31).
- ☆ **En cas de météo défavorable** (pluie, vent, orage), l'atelier aura lieu à mon cabinet situé à Chantemerle 7, 1024 Ecublens.
- ☆ **Conditions d'inscription** : Votre inscription est considérée comme ferme. En cas de désistement de votre part jusqu'à 3 jours avant le début de l'atelier, 20% du prix reste dû, le solde sera remboursé. Pour tout atelier commencé ou votre désistement moins de 3 jours avant le début de l'atelier, 100% du prix reste dû. En cas d'annulation de ma part, votre paiement sera bien sûr entièrement restitué.

Qui suis-je ?

C'est suite à un moment émotionnellement difficile que j'ai consulté pour la première fois un kinésologue. A quarante ans, et après de nombreuses années dans le domaine de la recherche



scientifique, j'ai ressenti le besoin de mettre l'Humain en avant dans sa vie professionnelle. Dès 2011, je me suis formée à la kinésiologie selon les critères de l'association professionnelle KineSuisse et j'ai obtenu mon diplôme en 2015. J'ai également suivi des formations continues en lien avec l'enfant et la famille, l'hypersensibilité et la communication non violente. Outre les outils issus de ma formation de base, j'ai ajouté à ma panoplie les Fleurs de Bach ainsi que les huiles essentielles pour l'olfaction.

Avant de devenir thérapeute, j'ai travaillé pendant plus de 20 ans dans le domaine de la recherche scientifique où j'ai occupé les postes de chercheur, cheffe de projet, responsable recherche & développement, gestionnaire opérationnelle d'un réseau suisse de recherche.

Persévérance et structure sont des qualités qui me caractérisent toujours dans ma profession actuelle. J'exerce mon activité professionnelle avec rigueur, sensibilité et passion depuis 2013. Etablie dans mon propre cabinet à Ecublens depuis 2015, j'y accompagne des personnes de tout âge et de toute origine.